

2024학년도 1학기 SNU FUN 배드민턴 함께하기 강의계획서

종 목	배드민턴	대 상	배드민턴 초급자, 중급자	강 사 [연락처]	서지원 (010-9287-3748)
강좌명	배드민턴 함께하기				
수업시간 및 요일	월/수 20:30~22:00	수업 장소	71-1동 301호	비 고	
학 력	서울대학교 체육교육과 박사수료				
관련 자격증 및 경력	- [자격증] 생활스포츠지도사, 중등 정교사 - [경력] 동국대학교, 배재대학교 시간강사				
강좌 개요 및 목표	배드민턴의 올바른 운동기능 습득을 통하여 기초기술, 경기규칙 등을 배움으로써 알맞은 운동량을 수행할 수 있고, 매너 있는 게임을 통하여 예절 등을 배움으로써 인간관계 형성뿐만 아니라 배드민턴의 즐거움을 느낀 후 생활스포츠의 하나로 배드민턴을 즐길 수 있는 발판을 마련하고자 한다. 모든 차시 강사 지도와 더불어 짝을 지어 연습함으로써 각 기술을 습득하게 된다.				
비 고	준비물	배드민턴 라켓, 운동복, 실내운동화, 개인 음료(물) 혹은 물통 등			

□ 차시별 강의 내용

차 시	내 용	비 고
1	배드민턴 입문 - 배드민턴 기초 지식, 장비 명칭, 단식/복식 경기규칙, 그립법	* 본 강의 내용은 상황에 따라 변경 가능함.
2	서비스 - 숏 서비스, 롱 서비스, 서비스 리턴	
3	하이클리어 - 하이클리어의 스윙 방법 및 타점	
4	하이클리어 - 하이클리어의 오른쪽 스텝과 왼쪽 스텝	
5	백핸드 하이클리어 - 백핸드 하이클리어의 스윙 방법 및 타점	
6	언더클리어 - 포핸드/백핸드 언더클리어의 스텝 및 스윙 방법	
7	헤어핀 -포핸드/백핸드/크로스 헤어핀의 스텝 및 타점	
8	푸쉬 - 포핸드/백핸드 푸쉬의 스텝 및 타점	
9	드라이브 - 포핸드/백핸드 드라이브의 스텝 및 타점	
10	드롭 - 드롭의 스윙 방법 및 타점	
11	스매시 - 스매시의 스윙 방법 및 타점	
12	수비 -커트 익히기	
13	수비 - 언더 리시브 익히기	
14	수비 - 드라이브 리시브 익히기	
15	경기전략 - 단식, 복식, 혼합복식의 경기전략	
16	단식경기 리그전 I	
17	단식경기 리그전 II	
18	복식경기 리그전	

캠퍼스 활력발전소

스포츠진흥원

Sporting SNU, Active SNU